

Pare kò ou pou grip pandemik la



**Kouvri nen ou oswa
bouch ou avèk yon
klinèks**



**Fè yon plan pou
fanmi ou**



**Touse nan manch
chemiz ou**



Lave men ou



**Rete lakay ou
lè ou malad**



**Fè rezèv manje,
dlo ak atik sante**

Grip pandemik se aparisyon nan lemonn antye yon nouvo souch virus grip.

Pandan yon grip pandemik, gen milyon moun ki kapab tonbe malad e menm ki gen dwa mouri. Men kèk bagay ou kapab fè pou pare kò ou pou grip pandemik la:

- Okipe sante ou : manje byen, fè egzèsis chak jou e repoze kò ou byen.
- Lave men ou souvan avèk savon e dlo, oswa sèvi ak yon pwodui sanitè pou men.
- Pa pwoche moun ki malad.
- Touse andedan manch chemiz ou oswa kouvri bouch ou ak nen ou avèk yon klinèks.
- Netwaye avèk yon dezenfektan sifas tout moun manyen.
- Rete lakay ou lè ou malad.
- Fè yon plan pou tout fanmi ou : diskite ki kote pou chak moun ale epi ki moun pou kontakte si nou separe pandan yon ijans.
- Fè yon rezèv manje, dlo avèk atik sante pou 2 semenn.
- Fè rezèv medikaman ki kapab trete sentòm grip.



Konnen sa k ap pase. Pare kò ou.



Si ou bezwen plis enfòmasyon osijè grip pandemik la ak sa ou kapab fè pou pare kò ou, ale nan www.ct.gov/ctfluwatch oswa rele 2-1-1